

Adibou

Aventure

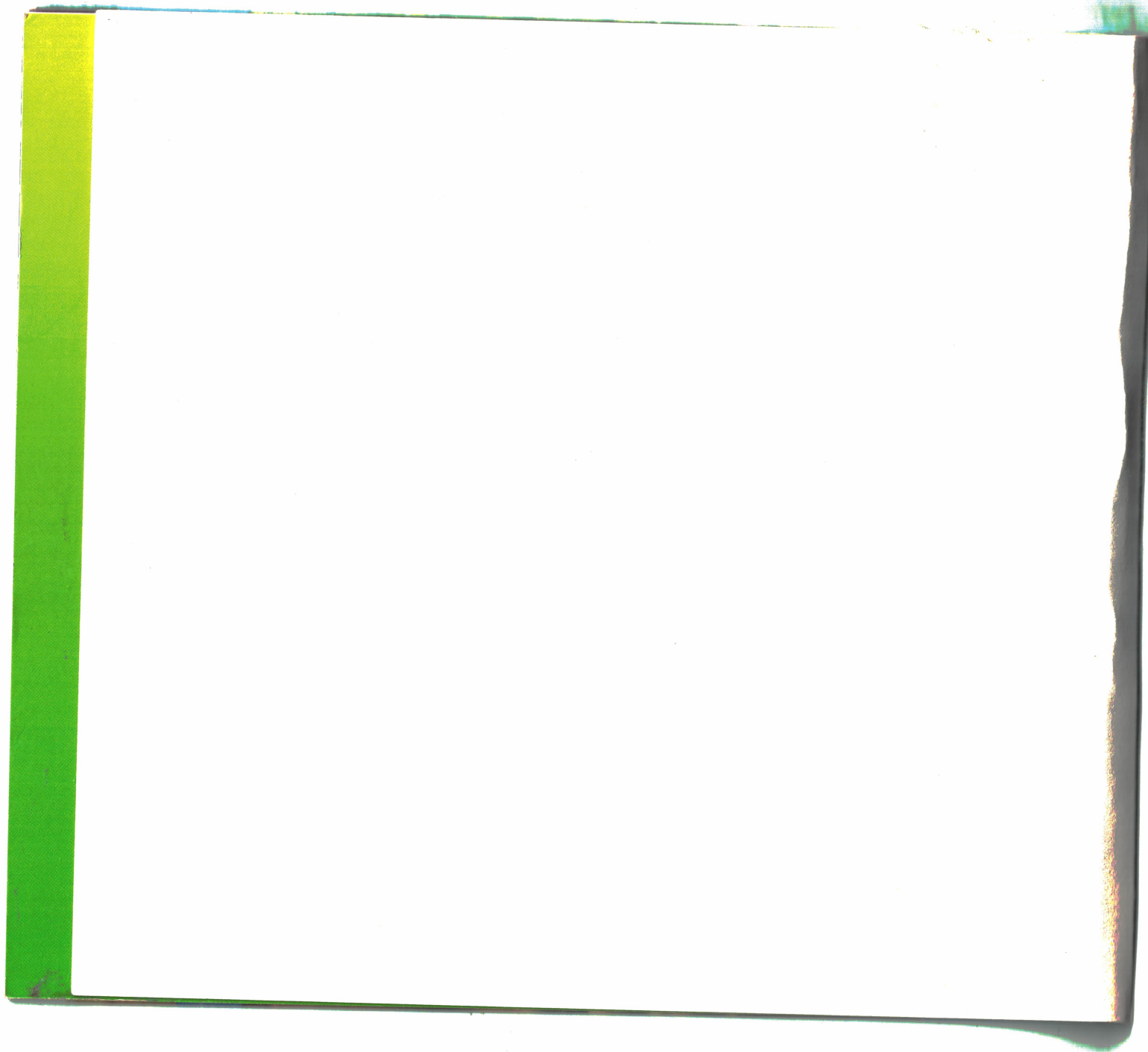
Dans le corps humain



Pourquoi
je mange
de tout ?



 Nathan



Adibou
Aventure
Dans le corps humain

Pourquoi je mange de tout ?



Adapté Par Virginie Aladjidi,
d'après un scénario original de Yvonnick Dugast

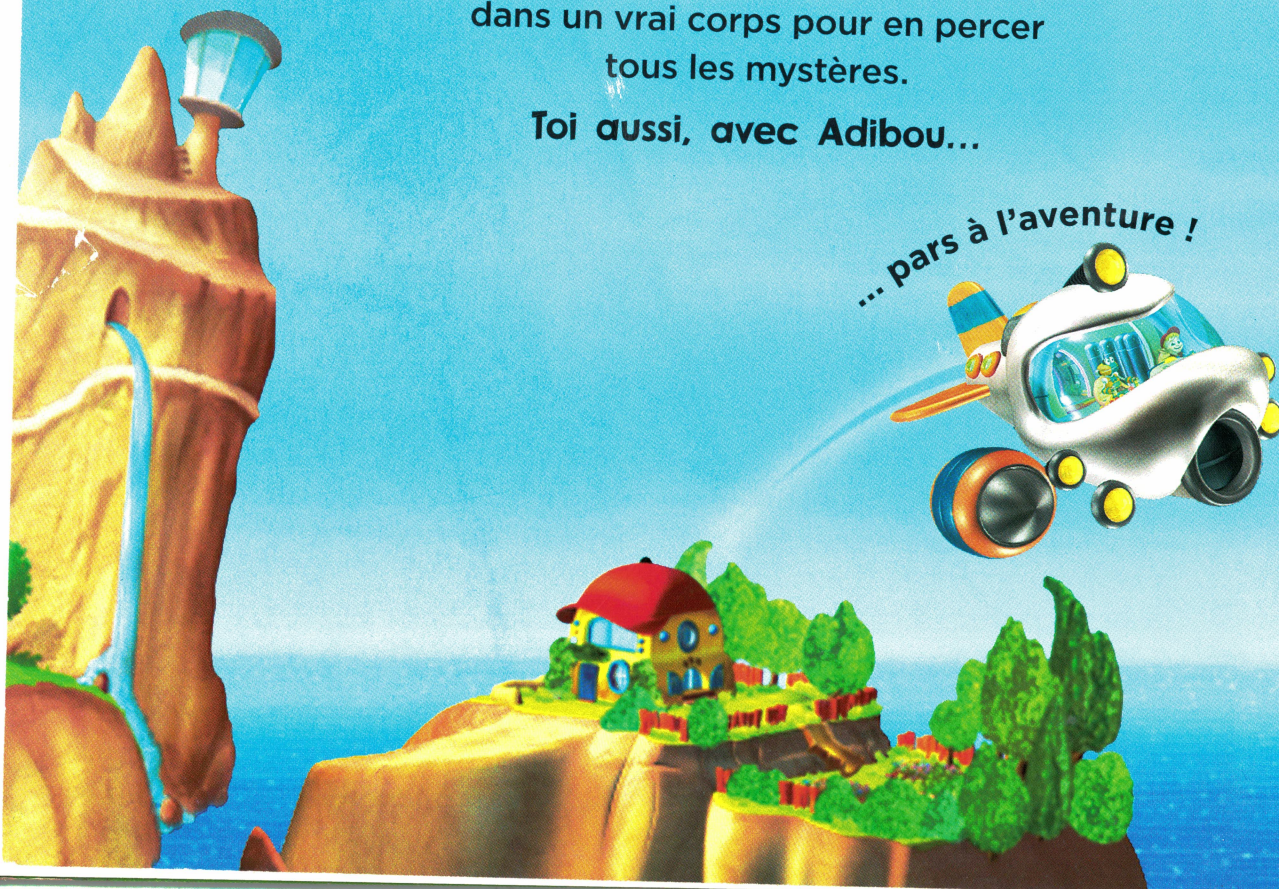
 **Nathan**

Bienvenue sur Célesta !

Sur la planète Célesta, Adibou se questionne
souvent sur une « machine » très complexe
et passionnante : le corps humain !
Avec ses amis, grâce à leur vaisseau,
ils se miniaturisent et se téléportent
dans un vrai corps pour en percer
tous les mystères.

Toi aussi, avec Adibou...

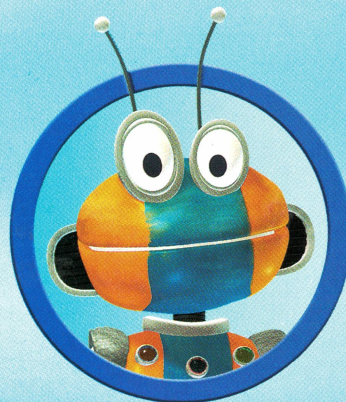
... pars à l'aventure !





Adibou

Adibou est un jeune extraterrestre dynamique et surtout très curieux. Il n'a peur de rien et c'est souvent lui qui entraîne ses amis dans l'aventure.



Robitoc

Robitoc est un robot savant, mais un peu peureux. Il aimerait bien rester au calme dans le jardin. Pourtant, pour répondre aux questions d'Adibou dont il se sent responsable, il part avec lui dans le vaisseau.



Bouzzy

Bouzzy est un monstre vraiment gentil. Il ne parle pas, mais Adibou le comprend. Sa gourmandise et sa maladresse lui font faire de nombreuses bêtises. Il n'en reste pas moins très attachant.



Adilia

Adilia, la princesse de la mer, accompagne souvent son ami Adibou. Drôle et sensible, elle aime bien être la chef !





Aujourd'hui, il fait beau et Robitoc a organisé un pique-nique avec Adilia, Bouzzy et Adibou.

— Oyé, oyé ! C'est l'heure de manger ! annonce-t-il, un panier sous le bras.

Mais Adilia est fatiguée et elle n'a pas faim.

— Pourquoi je dois manger ? demande-t-elle.

— La nourriture, c'est le carburant qui donne de l'énergie à ton corps et qui te fait grandir ! lui explique Robitoc.

Aussitôt, Adibou fait signe à son ami :

— Suis-moi, Bouzzy, on va aller voir ça !

L'instant d'après, les deux aventuriers sautent dans le vaisseau, prêts à explorer les secrets du corps...





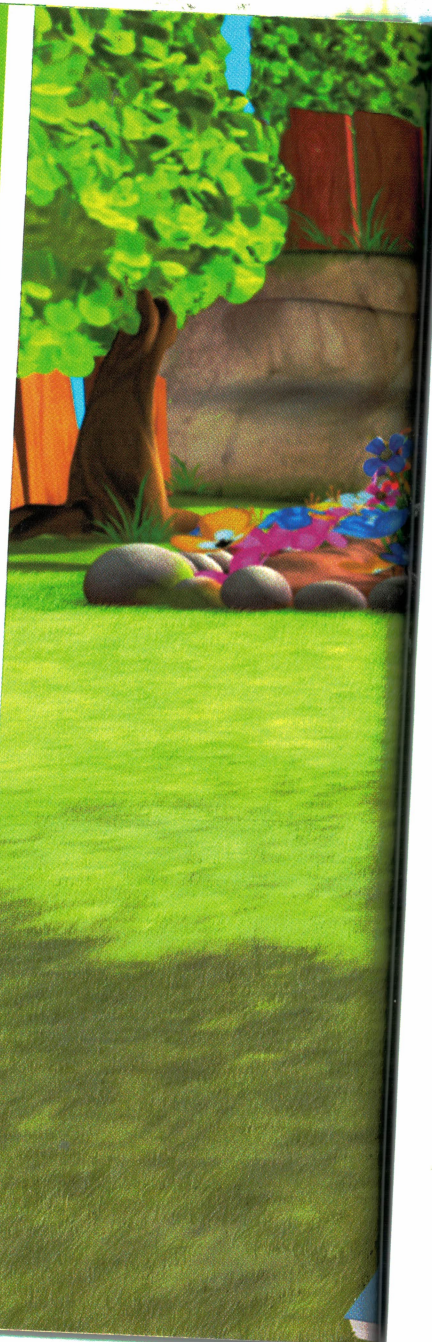
Pendant ce temps, Adilia et Robitoc préparent tranquillement le pique-nique. Ils installent une grande nappe à carreaux rouges sur l'herbe.

Adilia s'appuie contre un arbre pour lire un peu. Soudain, elle ouvre grand les yeux de surprise :

— Adibou ! Bouzzy ! Ne me dites pas que vous vous êtes téléportés dans mon ventre ?

Adibou rit aux éclats :

— Eh, si ! Mais j'ai mal calculé : nous sommes dans une espèce de caverne... et je crois bien qu'on est coincés ! J'aurai dû attendre Robitoc...







En effet, le vaisseau, bloqué dans l'intestin grêle, ne peut plus du tout bouger.



Tout à coup, de terribles bruits retentissent dans le ventre d'Adilia. Bouzzy tremble de peur et saute sur Adibou.

— Robitoc, tu m'entends ? Il y a des bruits bizarres, dit Adibou, inquiet.

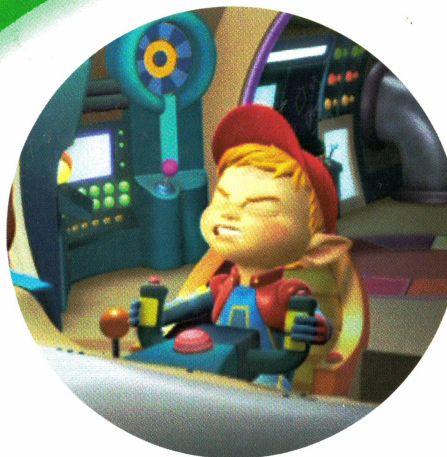
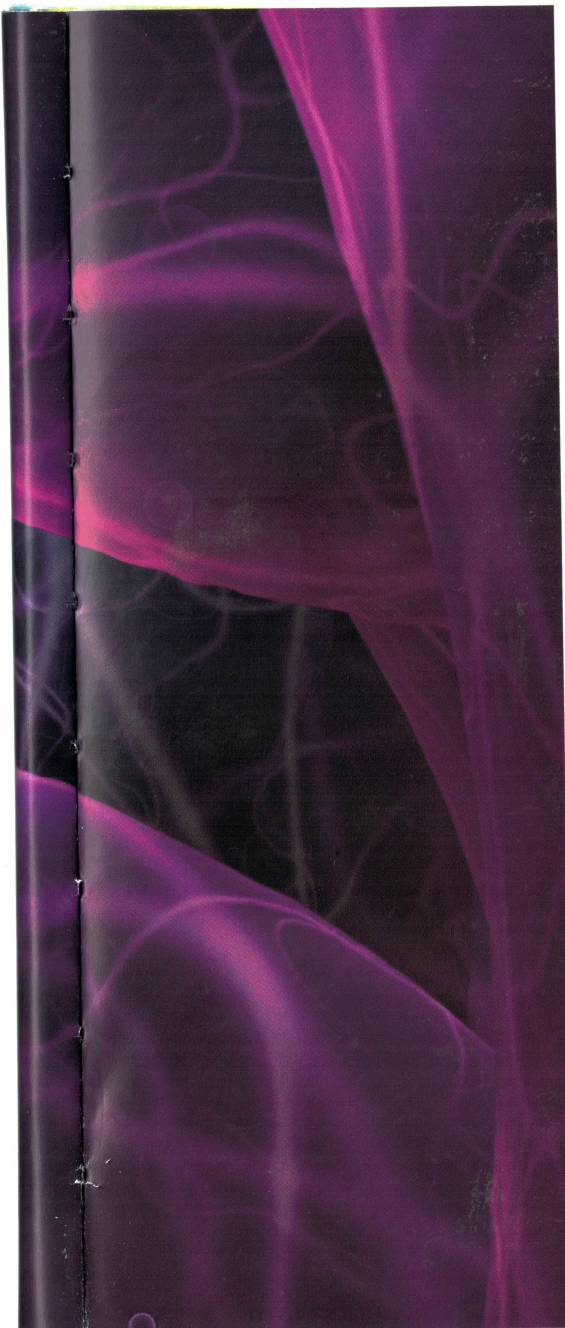
Robitoc s'approche alors d'Adilia et s'adresse aux explorateurs, prisonniers dans le ventre :

— Faites attention, c'est peut-être le monstre légendaire Gargouillum... il est très dangereux quand il a faim !

Les deux amis se mettent à paniquer.







Malgré sa peur, Adibou essaie de rassurer Bouzzy :

— Ne t'inquiète pas, Bouzzy, il n'y a pas de monstre Gargouillum ici. C'est sans doute une blague de Robitoc. Hein, Robitoc ? Robitoc a du mal à s'empêcher de rire :

— En fait, ce sont des gargouillis, tous ces bruits ! explique-t-il. Cela signale simplement qu'Adilia commence à avoir faim !

Bouzzy et Adibou poussent en même temps un soupir de soulagement. Pas de monstre, c'est une bonne nouvelle ! Mais il reste un problème : comment sortir le vaisseau de cette caverne ?

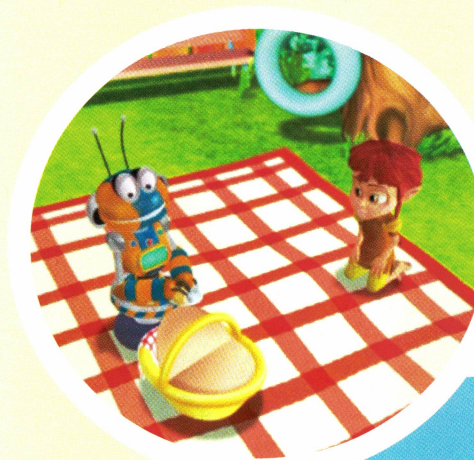


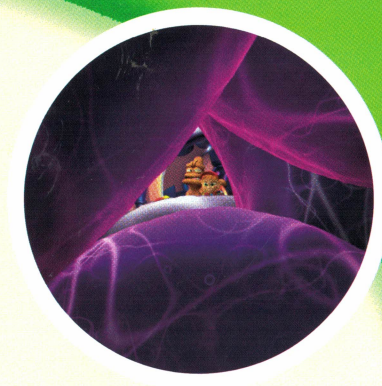
Dans le jardin, Robitoc et Adilia ouvrent le panier et en sortent plein de bonnes choses.

— Adilia, le seul moyen pour libérer le vaisseau, c'est que tu manges ! Cela fera bouger ton intestin grêle.

Adilia ne se fait pas prier, elle a vite retrouvé l'appétit en voyant les plats préparés par Robitoc :

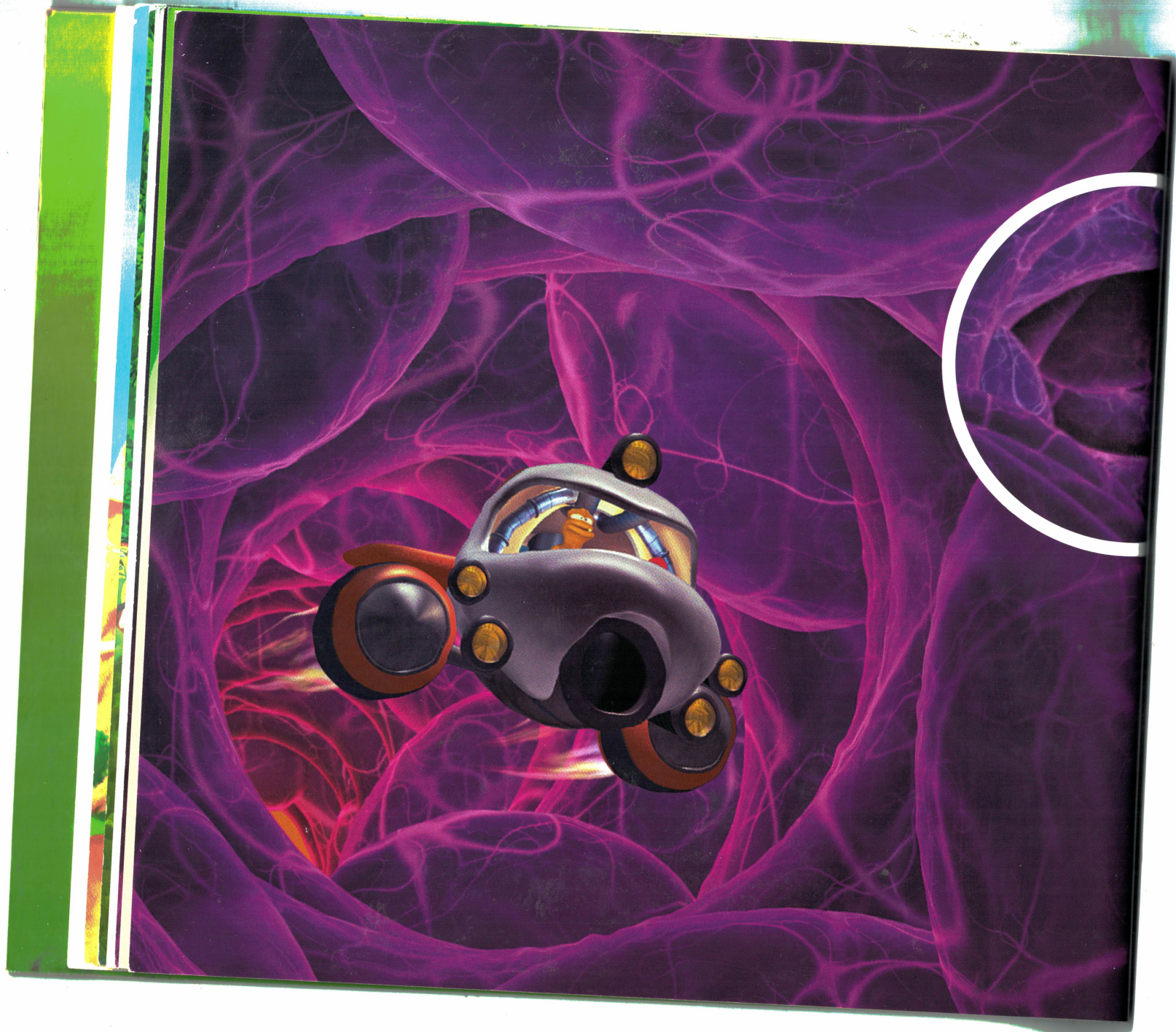
— C'est vrai que cette salade de pâtes me fait bien envie ! **Hummm...** dit-elle en piquant sa fourchette dans l'assiette.

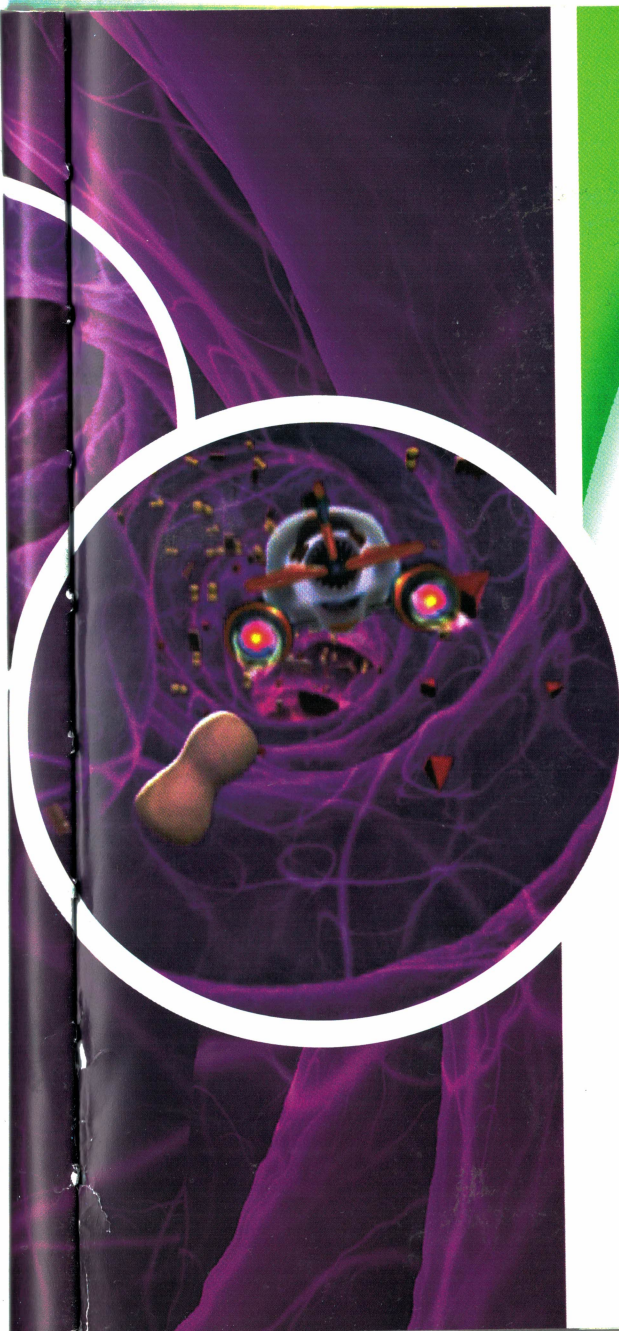




— Et dire que l'estomac va mettre 1 à 4 heures à digérer tout ça ! soupire Robitoc. J'espère qu'ils ne resteront pas coincés trop longtemps.







Ouf... justement, Adibou et Bouzzy parviennent enfin à dégager le vaisseau et suivent maintenant l'intestin. S'ils le veulent, ils peuvent continuer leur exploration sur 6 mètres de longueur ! Mais plus bas, il y a le gros intestin qui traite les déchets, et Adibou ne tient pas à aller jusque là !

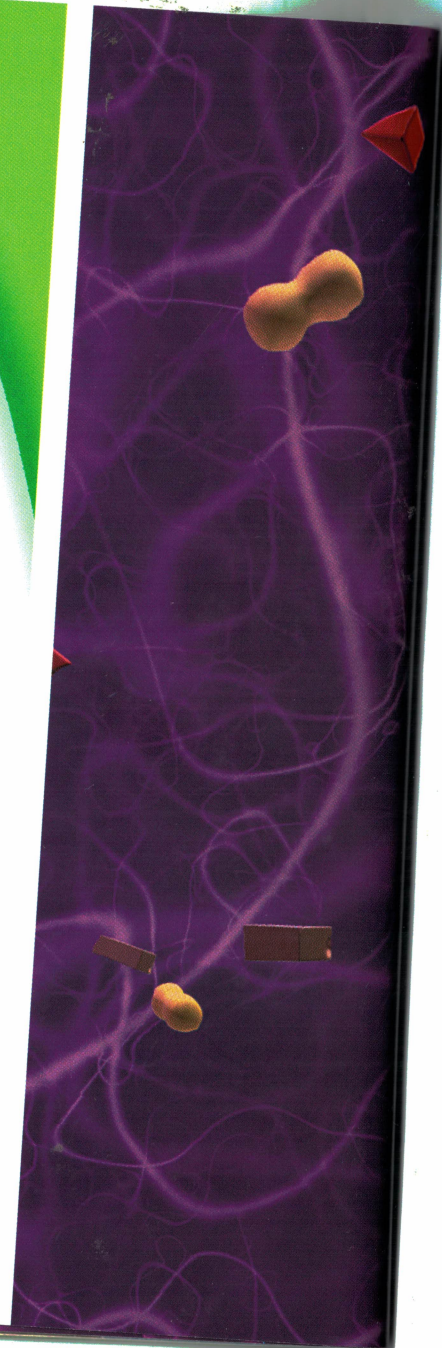
— **Arouahh** ! s'exclame Bouzzy en regardant dehors.
Adibou s'approche du hublot pour voir. D'étranges particules filent à toute allure dans l'intestin.



Adibou est étonné :

- Ça ne ressemble pas à de la nourriture !
- En fait, dans l'intestin, on ne voit pas les aliments tels qu'ils ont été mangés, explique Robitoc. Ils deviennent de toutes petites particules.
- On dirait qu'il n'y en a que de trois sortes !
- Oui, ce sont les nutriments : les glucides, les lipides et les protides, qu'on appelle aussi « protéines ». Ils vont dans le sang en passant à travers les parois de l'intestin grêle. Le sang les distribuera à tous les organes pour leur donner de l'énergie.

Pendant que ses deux amis discutent, Bouzzy, l'eau à la bouche, observe tous ces nutriments lui passer sous le nez.









Gloupppp!



Adibou sursaute.

— Cette fois-ci, ce n'est pas moi, dit Adilia.
Je me régale et mon ventre ne crie plus famine !

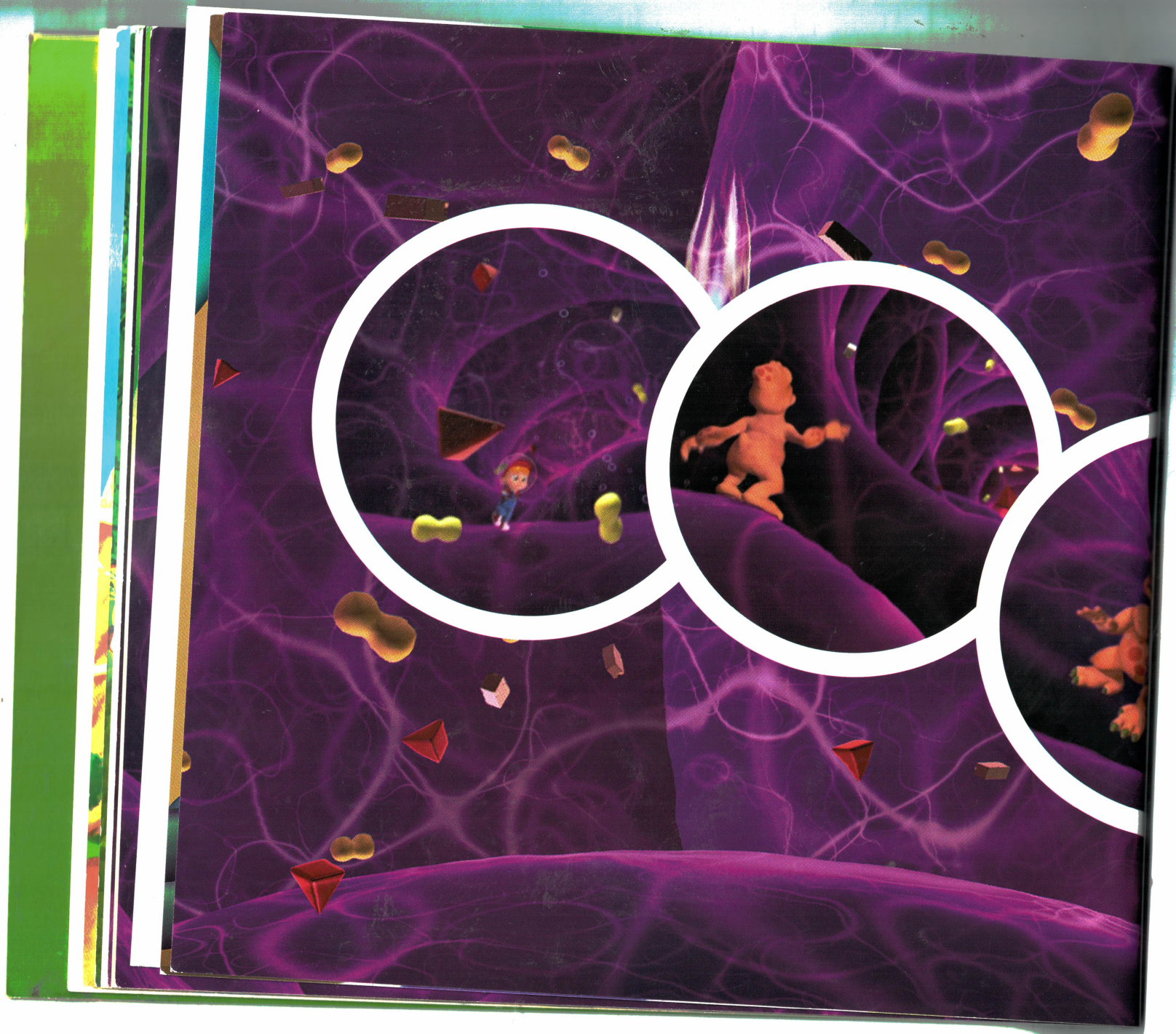
— Il y a peut-être vraiment un monstre !
s'affole Robitoc.

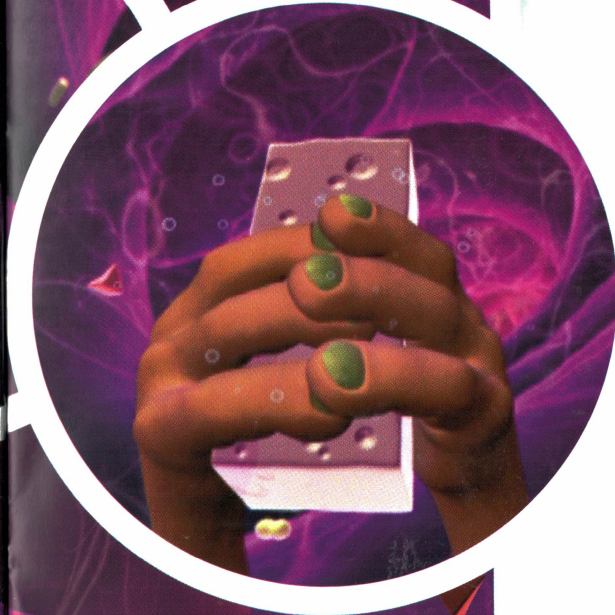
— **Grrrrr**, marmonne Bouzzy.

Adibou comprend alors que ce drôle de bruit provient du ventre de Bouzzy. Lui aussi commence à avoir faim :

— **Arouahh**, fait-il en se tenant le ventre.

Bouzzy regarde à nouveau passer les nutriments et, sans plus réfléchir, il sort du vaisseau pour engloutir tout ce qui passe autour de lui.





Adibou s'empresse de le rejoindre :

— Attends-moi, Bouzzy, tu vas te perdre !
Quelle énergie tu as, dis donc ! Mais qu'est-ce
que tu manges ?

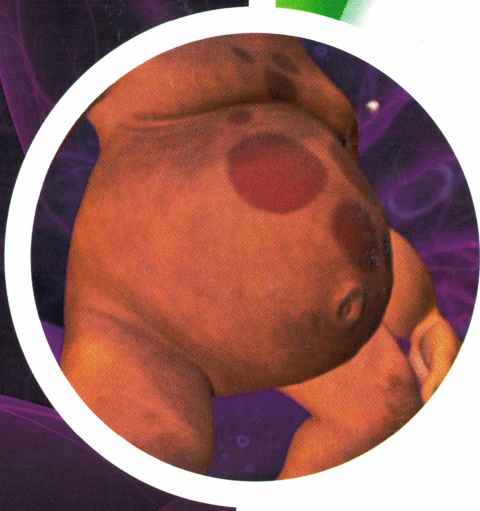
— Ce doit être des glucides comme
le sucre, les pâtes ou le pain, commente
Robitoc de l'extérieur. C'est essentiel
pour l'énergie. Moi, comme glucide, je prends
un sucre dans mon thé.

Adilia, qui a retrouvé de l'énergie, se lève :

— Avec ma salade de pâtes, je suis prête
à courir un marathon. Alors Adibou, ça vous
tente un peu de sport cet après-midi ?

Adibou aimerait bien, mais pour l'instant,
il faut empêcher Bouzzy de manger
car il commence à grossir !





En effet, le ventre de Bouzzy est déjà bien rond.

— C'est parce qu'il mange des lipides, explique Robitoc. Ça donne aussi de l'énergie, mais il ne faut pas en abuser.

— Et on les trouve dans quoi, les lipides ? demande Adibou.

— Dans le beurre, répond Robitoc.

— Et dans l'huile aussi, ajoute Adilia.

Le robot sourit :

— Pour moi, l'huile, c'est juste pour ne pas grincer !

Lipide ou pas lipide, Bouzzy ne fait pas de différence : il avale tout !

Et s'il goûtait le troisième nutriment ?



Soudain Bouzzy grandit, grandit, grandit !

Adibou regrette que Robitoc ne soit pas avec lui :

— C'est la catastrophe ! Bouzzy s'est attaqué aux protéines !

— On en trouve dans les œufs, la viande et le poisson. C'est essentiel pour la croissance, répond Robitoc.

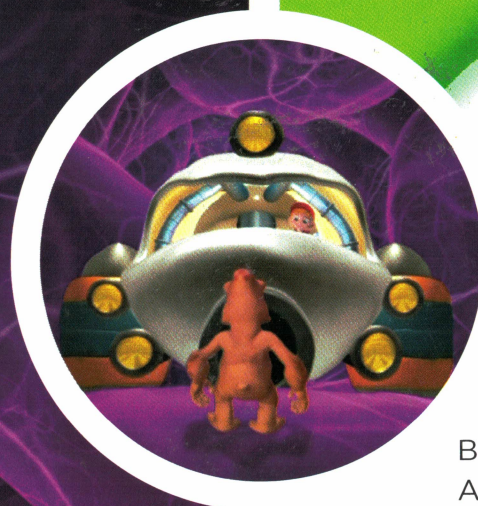
— Oui, je viens de le remarquer, soupire Adibou... Quel glouton, ce Bouzzy !

— Allez, viens, on rentre, appelle Adibou. Mais Bouzzy reste là au milieu des nutriments et continue à se régaler...









Bouzzu est maintenant trop grand pour rentrer dans le vaisseau ! Il aime bien sa nouvelle taille ; il se sent très costaud.

Adibou n'a plus qu'une solution : sortir le miniaturisateur.

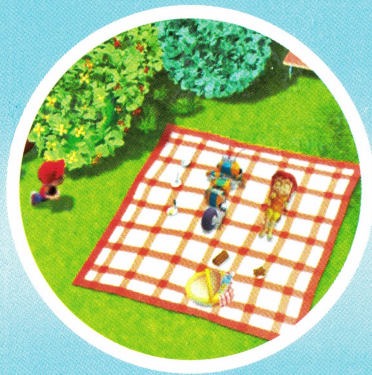
Zzzzzziiiii

Bouzzu retrouve sa taille en un instant !

Adibou, amusé, dit à son ami :

— Ouf, tu me fais moins peur comme ça !
Allez, monstre Gargouillum, remonte dans le vaisseau !





Glouppp !

Bouzzzy et Adibou atterrissent sur leur belle planète.
Ils n'en reviennent pas : Robitoc et Adilia font la sieste !

— Et le pique-nique, alors ?

— C'était délicieux et bien équilibré, dit Adilia
en ouvrant un œil. Ne t'inquiète pas, il en reste pour toi !

— Mais qui gargouille encore ? demande Robitoc.

— C'est Bouzzzy ! Pourtant, il a déjà bien mangé !
dit Adibou en lui donnant un coup de coude.

Et il attrape un sandwich qu'il tend à son ami :

— Bon appétit, monstre Gargouillum !



Quiz

Comme Adibou, tu sais plein de choses maintenant.
À toi de jouer !





1 • Pourquoi tu manges ?

- ☐ Pour te reposer
- ☐ Pour utiliser tes dents
- ☐ Pour avoir de l'énergie

2 • Quand on dit « J'ai l'eau à la bouche. », cela signifie :

- ☐ J'ai soif.
- ☐ J'ai faim.

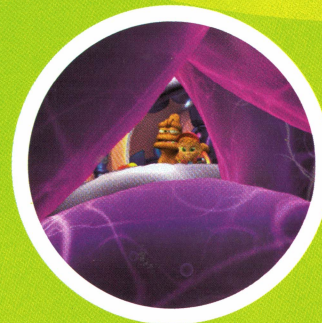


3 • Les bruits que fait l'estomac quand tu as faim s'appellent :

- ☐ Des gargouilles
- ☐ Des gargouillis
- ☐ Des gargouillums

4 • Les aliments restent dans l'estomac avant d'être digérés :

- ☐ Entre 1 minute et 1 heure
- ☐ Entre 1 et 4 heures
- ☐ Entre 4 et 8 heures





5 • Les aliments devenus de petites particules sont :

- ☐ Des nutriments
- ☐ Des détritux
- ☐ Des médicaments

6 • Les nutriments passent dans le sang pour apporter l'énergie à ton corps :

- ☐ Vrai
- ☐ Faux

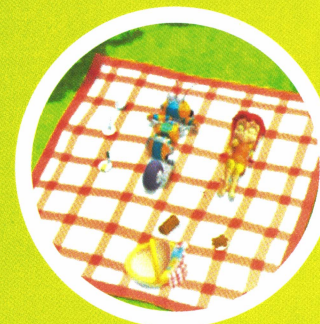


7 • Associe le nutriment et l'aliment dans lequel tu peux facilement le trouver :

- | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|
| Les glucides ☐ | ☐ La viande |
| Les lipides ☐ | ☐ Les pâtes |
| Les protides ☐ | ☐ Le beurre |
| (protéines) | |

8 • Il faut manger de tout car :

- ☐ Il ne faut pas faire de jaloux entre le boucher, le boulanger, le fromager et le primeur.
- ☐ Les différents aliments sont complémentaires et apportent les nutriments nécessaires au corps.
- ☐ Ça fait plaisir à tes parents.



Loi n° 49.956 du 16 juillet 1949
sur les publications destinées à la jeunesse.

Série Adibou Aventure dans le corps humain :
d'après une œuvre originale créée par COKTEL®
adaptée pour la télévision par Laurence Diaz et Stéphane Carrié.

© 2008 MINDSCAPE - TELE IMAGES KIDS - FRANCE 5 - TIJI.
Adibou est une marque déposée de Mindscape France S.A.
Tous droits réservés.

© Éditions Nathan, 2008
ISBN : 978-2-09-251840-3
N° d'éditeur : 10158433
Dépôt légal : mars 2009
Imprimé en France - n° L49399A.

e

man

Quel beau temps pour un pique-nique !
Mais Adilia n'a pas faim.
- Pourquoi faut-il manger ? se demande-t-elle,
en regardant les petits plats préparés par Robitoc.
Pour le savoir, pars à l'aventure avec Adibou et ses amis,
et découvre les mystères du corps humain !



DANS LA COLLECTION :

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| 1 - Pourquoi je dors ? | 4 - Pourquoi je mange de tout ? |
| 2 - Pourquoi je fais pipi ? | 5 - Pourquoi je perds mes dents ? |
| 3 - Pourquoi j'ai mal ? | 6 - Pourquoi je dois me laver ? |

Grandir avec Nathan
grandiravec Nathan.com

www.nathan.fr

Nathan

4,95 € Prix France
ISBN : 978-2-09-251840-3

